



きじま平

柱松子（南鴨）

7月30日、大塚山で南鴨区の柱松子が行われました。五穀豊穰と天下泰平の柱松のどちらに早く火がつくかでその年を占う伝統行事です。今年は天下泰平の柱松に先に火がつけました。

柱松子（南鴨・内山で実施）は修験者が行った「ほんくら験競べ」に由来する神事で、古い修験道の形を今に伝える貴重な村の無形民俗文化財に指定されています。

8

令和5年

主な内容

- ☆広報きじま平 2～19・36
- ☆議会だより 20～27
- ☆農業委員会だより 28～29
- ☆館報生き活き木島平 30～33
- ☆社協だより 34～35

広報

きじま平

No.599
令和5年



特 集

村ぐるみ防災訓練

発行：木島平村
編集：広報編集委員会



大地震が発生！

～その時、あなたはどうしますか～

今回の訓練想定

「震度6弱の地震」

今回の村ぐるみ防災訓練は、大規模地震を想定した訓練を行います。役場の震度計で震度6弱が観測され、村内の道路や建物にも被害が確認されるという想定です。

各家庭での避難行動

1. 身の安全を守る
(地震発生直後)
2. 火の始末をする
(揺れがおさまってから)
3. ドアを開けて出口を確保
4. 避難行動

3日分を目安に非常持出品を準備し、ガラス片等を踏まないために必ず靴を履いて避難しましょう。まずは隣組や集落単位で安否確認を行ってください。

村ぐるみ防災訓練 8月27日(日)

「村ぐるみ防災訓練」は、災害が発生した時、またはおそれがある時、それぞれがどのように行動したら良いかを確認する大切な訓練です。避難前の行動確認や地区内の危険箇所・避難経路を再確認いただき、防災・減災の体制づくりを進めましょう。

大きな災害が発生した時は、隣近所や地域などで連携し、お互いが協力した防災活動が非常に重要となります。村では「自主防災組織」の体制整備を進めています。自主防災の取組みは「地区の役員がやるもの」ではなく、地域に住む一人ひとりが協力して、そこに住む全員が関わりをもち取り組む必要があります。

訓練をおして、自身の災害時の行動確認と地域の防災体制もあわせて確認をお願いします。

【総務係 内線106】

非常災害時の 持出品と服装



【持出品】

- 携帯電話・充電器
- 懐中電灯・ラジオ・予備電池
- 現金・貴重品
(通帳・はんこ・健康保険証など)
- タオル
- 汗ふきシート
- 救急用品
(ばんそうこう・包帯・常備薬など)
- 飲料水・食料
- 着替え
- 毛布
- 生理用品・おむつなど

【服装】

- 動きやすく作業がしやすい服装
- スニーカーなどの動きやすい靴
- ※長靴は水害時は適しません
- 防寒着
- ヘルメット
- 防災ずきん
- マスク
- 軍手

さらに安心！

あると便利な携行品

- スプーン・箸
- 洗面用具
- ウェットティッシュ
- 筆記用具
- コンタクトレンズ・眼鏡
- 使い捨てカイロ・瞬間冷却剤
- アイマスク・耳栓
- 化粧品
- 粉ミルクや離乳食（乳幼児）
- 入歯洗浄剤（高齢者）

村ぐるみ防災訓練の流れ

訓練当日は、屋外スピーカーや音声告知端末、消防車両のサイレン等が流れますが、訓練ですのでお間違えのないようご注意ください。

午前7:30ごろ 地震発生

Jアラートによる緊急放送「大地震です。大地震です」

【とるべき行動】（住民）

地区で決められた方法で隣組単位の集合場所や一次避難場所へ避難しましょう。自分がどの場所に集合し、どのように避難するか、お住いの地区でどのように安否確認が行われるか、各地区での避難方法をしっかり確認しましょう。

※大きな揺れを想定し、まずは自身と家族の安全を確保する行動と、余震に備えた屋外の安全な所への退避訓練をしましょう。

午前7:40ごろ 地区災害対策本部の設置訓練

【とるべき行動】（地区防災組織）

地区災害対策本部を設置し、地区の防災体制を確認しましょう。

午前7:50ごろ 地区内の安否確認訓練、村との安否情報伝達訓練

【とるべき行動】（住民、地区防災組織）

住民の避難誘導（集合場所の設定）と併せて安否確認をし、安否の確認結果を村に情報伝達しましょう。また、未確認者の安否や要配慮者の地区内での支援体制をしっかり確認しましょう。

午前8:00ごろ 地区独自訓練

地区の独自訓練はそれぞれの地区で実施していただきます。

午前8:30ごろ 防災体験・展示開始

役場敷地内で次の体験・展示を行います。（参加は自由です）

- ・避難所体験（村体育館）
- ・3D土石流体験装置
- ・土石流模型の展示
- ・災害救助車の展示 など

午前10:00 訓練終了

放送で訓練終了のお知らせを行います。

※地区によって時間に差があります。

令和6年4月採用予定 村職員募集

◆保健師・上級(若干名)

●生年月日

昭和58年4月2日～

平成14年4月1日に生まれた者

●資格要件(①、②ともに必須)

①保健師資格を有する者(令和6年

3月末日までに取得見込みを含む)

②普通自動車運転免許を有する者

(令和6年3月末日までに取得見

込みを含む)

●受験できない人

①日本国籍を有しない者

②地方公務員法第16条に規定する欠

格条項に該当する者

●試験日及び場所

○第一次試験 10月15日(日)

○第二次試験 11月上旬

場所はいずれも木島平村役場

●受付期限 9月8日(金)

※持参、郵送ともに受付期限必着

●受験案内・申込書の配付

総務課総務係(村公式ウェブサイト

トからもダウンロードできます)

【総務係 内線108】

人権擁護委員の紹介

令和5年7月1日付けで、山本秀樹さんと、高山あい子さんが新たに人権擁護委員(※)として任命されました。任期は3年間で、令和8年6月30日までとなります。

※人権擁護委員は、法務大臣の任命を受け、相談活動や啓発活動、また人権侵害による被害者の救済活動を行っています。

人権擁護委員



ひでき
山本 秀樹さん (中 町)

高山あい子さん (庚)

たかし
山崎 堯さん (中 村)

【人権推進室

電話0269(82)2041】

くらしと健康の相談会

●弁護士[※]の無料相談ができます

失業・倒産・多重債務・家庭問題等について弁護士が無料で相談に応じます。あわせて保健師による無料の健康相談を行います。

●日にち 9月7・14・21・28日

(いずれも木曜日)

●時間(予約制)

○1回目 午後2時～3時

○2回目 午後3時～4時

●場所

長野県飯山庁舎

北信保健福祉事務所

(飯山市大字静岡1340-1)

●予約方法

相談希望日の前週金曜日の正午までに電話してください。

●予約先

北信保健福祉事務所

健康づくり支援課

電話0269(62)6104



【健康福祉係 内線126】

こころ・法律・仕事の なんでも相談会

「借金を返せない」「眠れない」「仕事がつらい」「死んでしまいたい」など、どこに相談してよいかわからない、さまざまな悩みや事情を医師や弁護士、司法書士など専門家がお聞きします。秘密は厳守します。お気軽にご利用ください。

※事前予約制です。予約なしでも相談は可能ですが、相談希望者多数の場合は、最終受付時刻前でも受付を終了することがあります。

●日時 9月26日(火)

午後4時～8時(最終受付7時)

●場所

長野県飯山庁舎3階 大会議室

(飯山市大字静岡1340-1)

●予約先

北信保健福祉事務所

健康づくり支援課

電話 0269(62)6104

※予約受付期限 9月19日(火)

【健康福祉係 内線126】

付加年金制度をご存じですか

●付加年金とは

国民年金に加えて、付加保険料を上乗せして納めることで受け取る年金額を増やせる制度です。

●付加保険料（納付額）

毎月400円

●受取時の付加年金額（年額）

200円×付加年金保険料納付月数

【例】10年間付加保険料を納付した場合の納付額及び受取額

（納付総額）

400円×10年×12月＝4万8千円

※受取時に上乗せされる年金額（年額）

200円×120月＝2万4千円

この金額が生涯上乗せされます。

●申請手続き

役場窓口で手続きが行えます。後日、年金事務所から送付される付加年金保険料の納付書で保険料を納めていただくようになります。なお、国民年金基金に加入している方は、付加年金制度の利用ができませんのでご注意ください。

【生活環境係 内線121】



村LINE公式アカウントの登録はお済みですか？

村では、LINEを活用し防災や子育て支援などの情報を配信するため、公式アカウントを開いています。ごみの収集日やマイナンバーカードの取得方法も確認できます。【政策情報係 内線114】



▲友だち追加はこちらから

ナビゲーション機能

画面下の「メニュー」を押すと、画像付きの大きなメニューがLINEのトーク画面に表示されます。基本メニュー、防災情報、コロナ関連の3つのタブに区分されていますので、探したい情報をそれぞれから選択してタップしてください。



【非常時には断然LINEが便利です】

災害、停電、断水などの情報はLINEであれば迅速かつ確実に受け取れます。
※停電時はテレビもふう太ネット（音声放送）も利用できません。

メッセージ配信

友だち追加すると受信設定の画面が開き、村からのメッセージ配信をLINEで受け取ることができるようになります。主な項目は次のとおりです。

- 健康福祉…健康や医療についての情報
- 子育て…子育てに関する情報
- 防災…災害時の緊急情報など
- 火災…岳北管内での火災発生情報
- 鳥獣出没…クマやイノシシの出没情報
- イベント情報…村のイベント情報
- 村の情報…村の出来事などの情報

※すでに友だち追加がされていて、受信設定の画面が開かない場合は左記のナビゲーション機能を使って受信設定をしてください。

木島平村特産品開発推進 奨励補助金

村では、村内の産業振興を図るため、地域資源を使った加工特産品を開発し、販売に至る事業に要する経費に対し、予算の範囲内で補助金を交付しています。

●対象事業

地域資源を使った加工品等で、村の特産品として開発を行う事業

●対象者

村内企業、村内在住者または村内のグループ

●補助額

事業費の2分の1以内とし、上限額は20万円

●対象経費

- ①特産品およびそのデザインの開発並びに改良に要する経費
- ②特産品の生産、流通および販路開拓に関する調査に要する経費
- ③特産品開発のための研修その他人材養成に要する経費
- ④特産品の製造に必要な機械装置等の購入、レンタルに要する経費

詳しくは産業企画係までお気軽にお問合せください。

【産業企画係 内線142】

令和5年産水稻の被害届 受付開始

●対象

水稻共済に加入していて、自然災害、病虫害、獣害などにより減収が見込まれる農家の方

●申告方法

各戸配布の損害通知書に必要事項を記入のうえ、長野県農業共済組合北信支所に提出してください。

●申告締切 9月1日(金)

●問合せ

長野県農業共済組合北信支所
電話026(219)2892

【農林係 内線132】

マイナンバーカードの

休日申請窓口のご案内

マイナンバーカードの交付を令和5年2月末までに申請された方のマイナポイント申込期限は令和5年9月30日までです。

平日に役場に来ることが難しい方は、休日窓口を開設していますので、ご利用ください。

●休日窓口開設日時(要予約)

9月9日(土) 10日(日)

※時間はいずれも午前9時～正午

【生活環境係 内線122】

一足早く冬に備えた補助金を紹介します

ペレットストーブ購入補助金

間伐材の有効活用につながる長野県産の木材等の利用を促進するため、ペレットストーブを購入する方に補助金を交付します。

●補助の条件

- 木島平村に住民登録していること
- 県内に事業所または代理店を有する者から購入するものであること
- 長野県産材のペレット燃料を使用すること ほか

●補助上限額

1台につき10万円

※予定数に達し次第、締め切らせていただきます。



【農林係 内線132】

くせつ 克雪住宅普及促進事業補助金

雪下ろしによる労力及び経済的負担の軽減と危険防止を図るため、住宅を克雪化する工事の工事費の一部を補助します。

●融雪型

住宅屋根に融雪パイプ等融雪効果のある施設を設置する。

○補助率 対象工事費の2割

○補助上限額 60万円

●自然落雪型

住宅屋根の雪が自然に落ちる屋根に改修する。

○補助率 対象工事費の2割

○補助上限額 45万円

●雪下ろし型

屋根に命綱固定アンカーまたは親綱を設置する。(物置含む)

○補助率 対象工事費の5割

○補助上限額 8万円

※融雪型および自然落雪型では、高齢者世帯などの場合に補助率・限度額がかさ上げとなる場合がありますので、別途ご相談ください。

【農村整備係 内線152】

小・中学生あつまれ！！

『ゼロカーボンイベント』ソーラーカーを作って遊んでみよう

【政策情報係 内線113】

木島平村は令和3年11月に「木島平村地球温暖化対策実行計画」を改訂し、木島平村として、本計画に基づき、地球温暖化の防止に向けた取り組みを進めています。今回は、楽しみながらエコ活動に親しむことを目的に、小中学生を対象としたゼロカーボンイベントを開催します。

イベントでは、ソーラーカーを作ったり、エアロバイクでの発電体験、その他色々な発電ツールを用意していますので、いろんな発電を体験して遊んでみませんか。

- 日時 9月2日（土） 午前10時～11時30分
- 場所 若者センター
- 対象 村内の小中学生（小学3年生以下は保護者同伴）
- 申込方法 総務課政策情報係へ電話またはメールにて
氏名・地区・小中学生の学年をお知らせください。
メールアドレス：seisaku@vill.kijimadaira.lg.jp
- 申込期限 8月18日（金）



「保険金で住宅修理ができる」と 勧誘する事業者には注意



【相談事例】

「台風による家屋の被害調査をしている」と電話があり、来訪を了承した。事業者がドローンで屋根などの点検を行った後、写真を見せられ「屋根瓦に割れている箇所がある。損害保険の保険金で修繕できる。当社が保険金の申請をサポートする」と説明されたため、その場で保険金申請代行の契約をした。

その後、契約書をよく読むと「損害保険金支給額の35%を手数料として支払うこと」と記載があった。保険会社への申請は自分でできる。クーリング・オフしたい。

【アドバイス】

損害保険は自然災害などによる損害を対象としており、経年劣化による損害は対象外です。嘘の理由で申請するよう勧められても、決して応じないようにしましょう。

契約してしまった場合でも、クーリング・オフができる場合があります。困ったときは、早めに消費生活センター等にご相談ください。

【生活環境係 内線121】

小見区防災会

宝くじ助成金で防災用品を整備

宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施している「コミュニティ助成事業」を活用し、小見区防災会が防災用品を整備しました。

この事業は、宝くじの助成金によりコミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備、安全な地域づくりと共生のまちづくり、地域文化への支援や地域の国際化の推進及び活力ある地域づくり等に対して助成を行い、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図り、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与することを目的として行われています。

●整備品

発電機付投光器 1台



【政策情報係 内線114】

もり 森林の里親協定調印 お披露目式が行われました

村では使用されなくなったカヤの平高原の牧場跡地を元のブナの森に戻していく活動を平成25年から企業や村内外の方と行っています。

今年4月1日に各地で森林に関する課題解決に取り組む株式会社モリアゲ(本社・東京都)と新たに協定を結び、7月1日にはカヤの平高原にて株式会社モリアゲ、木島平村、長野県の3者による調印のお披露目式が行われました。今回の協定は、長野県が企業と村の仲介人となり「里親」である株式会社モリアゲが「里子」の木島平村にあるカヤの平牧場跡地で植樹活動を行っていく協定です。

【農林係 内線132】

もり 森林の里親協定とは？

長野県の仲介により社会貢献に意欲のある企業・団体と森林整備等に意欲を持った地域が連携して、森林整備活動等を行う制度です。

■お披露目式後に植樹活動

7月1日のお披露目式後に植樹活動が行われました。

村内外から約20名が参加し、カヤの平高原に自生するブナの掘り取りと植樹が行われ、約400本のブナが牧場跡地に植樹されました。親ブナの日陰になって成長できないう子ブナを広く、光合成のできる牧場跡地に植樹し、村では年間0.3ha(3000㎡)の植樹を実施していきます。

■今後の活動

今年度は9月30日、10月1日に植樹活動を予定しています。多くの方のご参加をお待ちしています。



村内、村外どちらの方もお気軽にご参加ください。

ご存じですか？

空き家バンクは「空き地」も登録できます

村では、村内への定住や地域活性化を促進するため空き家バンクを運営しています。「空き家の終活」をお考えの方は空き地としての、活用も考えてみませんか？

Q1 どんな「空き地」が登録できますか？

A1 住宅や、事務所・店舗など事業用の建物の跡地が登録できます。主に宅地、または空き家を解体したあとの雑種地が登録できます。

Q2 登録手続きは面倒ですか？

A2 固定資産税の納税通知書に同封されている課税明細書をお手元にご用意し、担当係までお電話ください。後日、必要書類を郵送いたします。

登録方法は、購入希望者との契約交渉を自ら行う「直接型」と、仲介業者に間に入ってもらう「間接型」があります。「間接型」は仲介手数料がかかりますが、物件の案内や契約書の作成など、所有者の金銭面以外の負担が少なくて済みます。

※仲介業者は村の協定事業者をご紹介します。

Q3 どうやって購入希望者に周知しますか？

A3 村の公式ウェブサイトや長野県の楽園信州空き家バンク、移住関連サイトに掲載するほか、仲介業者のホームページなどで広く情報を公開します。

また、土地探して役場へ相談に来られる方にもご案内しています。

楽園信州空き家バンク

「空き家バンク」とは、空き家の賃貸・売却を希望する所有者から提供された情報を集約し、空き家をこれから利用・活用したい方に紹介する制度です。

※空き地については令和5年9月1日から順次掲載予定です。



【移住定住推進係 内線142】



村外の方にご紹介ください

ふるさと納税で木島平村を応援しませんか

【産業企画係 内線141】

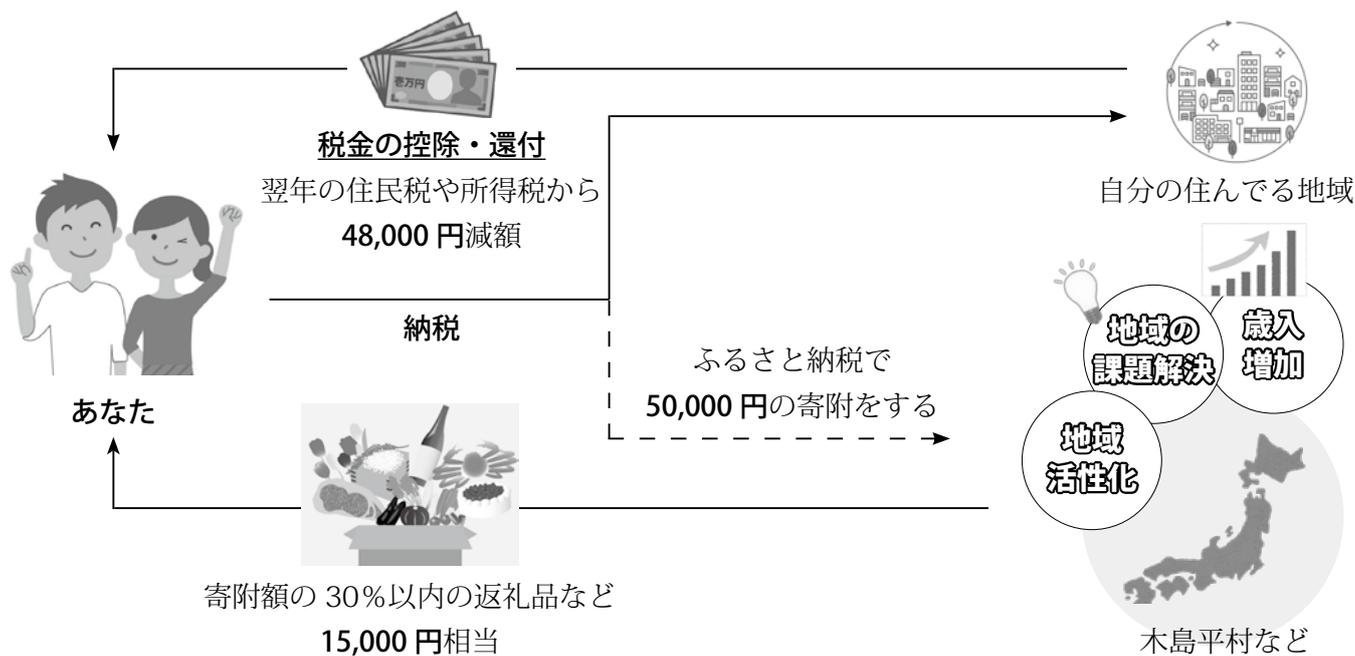
ふるさと納税ってどういう制度？

ふるさと納税は、生まれ育った「ふるさと」や応援したい「ふるさと」への想いを寄附という形で表すことができる制度です。自治体が行うまちづくりや子育てなどの取組みに対して、寄付金の使い道を指定することもできます。実質自己負担額 2,000 円で応援したい自治体の名産品や宿泊券などの返礼品がもらえる、とても魅力的な制度です。

ふるさと納税の仕組みって？

ふるさと納税は、本来は住んでいる自治体に納めるはずの税金を、自身が選択した自治体に寄付することで、所得税の還付や住民税の控除が受けられる仕組みです。

※控除上限額の範囲内で寄付すると、2,000 円を超える部分について税金が控除されます。控除上限額は、ふるさと納税をする方の年収（所得）や家族構成などによって異なります。



50,000 円のふるさと納税 → 住民税や所得税から 48,000 円減額 + 15,000 円相当の返礼品など = 約 63,000 円のリターン！

木島平村の返礼品

木島平村では納税へのお礼の品として村の特産品をお届けしています。一例として、村産の米「村長の太鼓判」をはじめ、酒米「金紋錦」により醸造された清酒、ハチミツ、漬物などを全国の納税者の皆様にお届けしています。詳細は右の QR コードから見る您可以通过。



ふるさと
チョイス



楽天
ふるさと納税

9月24日(日)～25日(月) 「調布市花火大会」観覧ツアー参加者募集

- 【参加費】17,000円
- 【交通】貸切観光バス(中型バス)
- 【定員】15名(先着順) ※最小催行人数9人
- 【締切】9月11日(月)
- 【申込み・問合せ】政策情報係(内線115)

行程

※荒天の場合、花火大会は中止になりますが、ツアーは実施します。
※道路交通状況等により行程や時間の変更となる場合があります。

- 【1日目】 役場(8:00発)＝深大寺[昼食・散策](12:45着)＝神代植物公園(14:30～15:30)＝ホテル[チェックイン]＝花火会場(17:30着)＝花火大会観覧・夕食(18:30～19:30)＝ホテル
 - 【2日目】 ホテル(8:30発)＝味の素スタジアム(9:00～10:00)＝武蔵野ビール工場(10:45～11:45)＝石川SA[昼食](12:30着)＝役場(17:30着)
- ◎2日目の朝食、昼食代は含まれません。後日、村から宿泊費3,000円の補助が出ます。
◎花火大会が中止でも料金の変更およびキャンセルによる返金はありません。

可能性への挑戦

帰省して実家の本棚を整理して
いましたら、私が卒業の年に発行
された木島平中学校の生徒会誌
「木島平」を発見しました。大切
に保存しておいてくれた母に感謝
しつつページをめくると、その年
の文化祭のテーマである「可能性
への挑戦」を題材に全校生徒から
作詞作曲を募集し、私の作詞が採
用された文化祭の歌が載っていま
した。

「可能性への挑戦」

稲穂の間にひびく声
われらの夢の実現を
可能と信じて努力した
成果の実ったひびき声

高社山より空高く
われらの夢の実現に



向かって大きく挑戦し
成果の実ったひびき声

作曲者は同級生の大羽文俊君
で、同級生の高木明美さんがピア
ノを伴奏してくれて、文化祭の前
日祭と後夜祭で全校生徒に歌って
もらい、とても嬉しく誇らしかつ
たことを思い出しました。

夢いっぱい木島平中学校を巣
立つてからも、いろいろな可能性
に挑戦し続けてきました。ふるさと
応援団の活動でも、設立二十周
年の歴史を大切に受け継ぎ、皆様
と活発に意見交換をしながら、さ
まざまな可能性を模索しつつ挑戦
を続けており、ありがたいことに
毎回たくさん喜びを感じさせて
いただいています。

私は今年で六十歳。今年のお盆
には木島平中学校卒業生の還暦記
念同級会が開催されます。久しぶ
りに会う旧友たちと共に、昔の思
い出話や近況報告に加えて、これ
から挑戦したい可能性についても
大いに語り合い、刺激と元気をい
ただこうと思っています。

【ふるさと応援団木島平会事務局
(政策情報係) 内線114】

地域のできごとに密着！

皆さんのまわりにある情報をお寄せください



日頃の訓練の成果を発揮

村消防団ラッパ隊 県大会へ出場

7月23日、長野県消防ポンプ操法大会及びラッパ吹奏大会が長野県消防学校で開催され、北信大会で優勝を収めた村消防団ラッパ隊が出場しました。

約2か月におよぶ練習の成果を発揮し、10位の成績を収めました。

姉妹都市 調布市との交流を目的に

姉妹都市交流 調布友の会が設立

7月31日、調布市との交流を目的に村民を構成員とする「姉妹都市交流 調布友の会」の設立総会が行われました。来賓には調布市の長友市長も出席され、盛大に執り行われました。今後、調布市への訪問など、調布市との交流の場を設けていきます。



9月10日～16日は 自殺予防週間

自殺の多くは周りの人の気づきで防ぐことができます。一見普通にみえても誰にも相談できず悩んでいる人が近くにいるかもしれません。

もし、あなたが悩みを抱えていたら、ぜひ相談してください。大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら、声をかけてみてください。悩みを話してくれたら、話をそらしたり、「そんなことで」と否定したり、安易に励ましたりせず、じっくりと話を聴いて相談窓口を紹介してあげてください。

その後は、あたたかく見守ってあげてください。

みんなで取り組み、いのちを支え、自殺のない地域にしていきたいと思います。

●村相談窓口

○健康相談・介護相談（月1回）…保健センター

○心配ごと相談（毎月第1水曜日9時～12時）

…保健センターリハビリ室 ※1月は第2水曜日
上記以外でも、随時保健師が相談に乗ります。

【健康福祉係 内線127】

全国一斉「こどもの人権相談」 強化週間

8月23日（水）～29日（火）は、全国一斉「こどもの人権相談」強化週間です。いじめや虐待について相談を受け付ける「こどもの人権110番」の受付時間が延長されます。また、法務局では相談所が開設されます。秘密は厳守されます。

●こどもの人権110番

電話 0120（007）110

●受付時間

平日 午前8時30分～午後7時

土・日 午前10時～午後5時15分

※強化週間以外でも、平日8時30分～午後5時15分まで受け付けています。

●無料相談所

日時 8月29日（火）午前9時～12時

場所 長野地方法務局飯山支局

電話 0269（62）2302

【人権推進室 電話0269（82）2041】

ふるさと木島平を担う子どもたちを地域総ぐるみで育てよう！

第2回学校運営協議会を 開催しました

主に7月29日開催の「第12回コミュニティ・スクール研修会in木島平」の開催について協議しました。

ここ数年は限られた参加者の出席で、事前録画での発表や講師のオンライン参加という形で縮小して行っていました。今年は若者セ

ンターを会場に、対面での発表やグループに分かれた熟議を実施することにになりました。(開催の様子は次回お知らせします。)



【生涯学習係

電話0269(82)2041

「村で生きる」 村民を紹介

皆さんは木島平村観光振興局のウェブサイトを「めぐる木島平」をご存じですか。

また、ウェブサイト内の「村で生きる」をご覧ください。これは「村で生きる」では、木島平村に関わり様々なお仕事をされている方々に、仕事への思い、村での生活、村への思いについてお話を伺い毎月記事を更新していきます。

主に村外の方向けに、村には様々な仕事や働き方があること、村での生活はどんなものか、どんな人がいるのかを知っていただくために毎月掲載しています。

今年度より新しく3名(左写真)の記事を更新していますので、ぜひ一度ご覧ください。



▲渡辺美昌さん



▲滝沢良一さん



▲上埜暁子さん

【木島平村観光振興局

電話0269(82)2800

地域おこし協力隊



しょうま
丸山 将真

「マルちゃんと呼んでください」

問合せ 0269(82)2800

みなさんこんにちは！地域おこし協力隊の丸山将真です。暑い時期が続いていますが暑熱順化はできていますか？私は暑い中でも趣味のアクティビティを楽しんでいます。

現在、私は地域おこし協力隊の活動として、E-BIKE(レンタルサイクル)の月毎の旬なコースを考えて作成しています。普段は行かないようなローカルな道を使った見どころあるコースを考え、多くの方に木島平の魅力を知ってほしいと思っています。

「いい場所があるよ！」と知っている方はぜひお知らせください。

個人的な活動としては、鍼灸あんまマッサージ指圧師として身体のケアや運動指導をする活動を行っています。村内でも既に何人

かの方には受けてもらっていて、今後はそのような活動を大きくしていけたらと思っています。ご興味のある方や困っていて相談したい方は気軽に木島平村観光振興局までお越しください。

今年の6月には、オーストラリアで行われたトレイルランニングの世界選手権へ日本代表のメディカルトレーナーとして帯同してきました。アスリートのコンディショニングのサポートもしています。



▲6月オーストラリアでの大会
開会式時の集合写真



▲競技終了後に行っている
マッサージの様子

きじま平っ子ホット情報



保育園、小学校、中学校で、すくすくと育っている村の子どもたちの授業や取組み、行事の様子を紹介していきます。【子育て支援係 内線162】

保育園

楽しいプール遊び

毎日暑い日が続き、7月3日にプール開きをしてから毎日嬉しそうにプールに入っている子どもたち。

年中、年長児は保護者会の皆さんに組み立てていただいた大きなプール、年少児と未満児は小さなプールで水遊びです。小さいクラスではおもちゃがたくさん。年長児は泳いだり、自分たちで走って流水プールを作ったりして遊んでいます。プールから上がった後は水分補給をして、おいしい給食です。



小学校

多くの名人から学ぶ ふれあい体験学習



地域の方が講師となり、高学年が自分のやりたい講座を選んで活動するふれあい体験学習。

本年度は、『囲碁』『工作・木工作』『ゲートボール』『絵手紙』『和紙作り』『手話』『高齢者体験』の7講座が開催されました。

普段なかなか経験することのできない講座ばかりで、実際に体験が始まると、子どもたちは講師の先生の話を聞いて、何度もくり返し挑戦していました。

2時間の活動はあっという間に終わってしまうほど集中して取り組んだ子どもたちです。

中学校

2学年校外宿泊学習

2年生が校外宿泊学習に行ってきました。本年度より、目的地を変え、上高地と飛騨高山を訪れました。

7月4日・5日の2日間とも天候に恵まれ、来年度の修学旅行につながる活動になりました。予定より20分ほど遅く帰校し、生徒は疲れた様子ではありませんでしたが、全行程、無事に行ってくることができました。生徒たちの大きな成長の場となりました。



熱中症になってしまう原因と対策



健康
だより

熱中症に気をつけましょう

熱中症とは

熱中症とは、高温多湿な環境で、体温の調節機能が乱れたり、体内の水分と塩分量のバランスが崩れたりすることで生じるさまざまな症状です。

【熱中症の症状】

- ・めまいや顔のほてり
- ・手足の筋肉がつる
- ・からだのだるさや吐き気
- ・まっすぐ歩けない
- ・呼びかけに反応しない など

【熱中症が起こりやすい時期・場所】

- ・真夏の気温が高い時期
- ・気温や湿度が高い場所
- ・日差しや照り返しが強いの場所
- ・風が弱い場所

熱中症にならないための生活の中の工夫

こまめに水分補給をしましょう

のどが渇く前にこまめに水分を補給しましょう。
日中は水筒を持ち歩くなど工夫して水分補給をしましょう。



気温と湿度を気にしましょう

室温は 28℃、湿度は 50～60%が目安です。

室内を涼しくしましょう

室内を涼しくする際は、扇風機やエアコンで調整してください。

日差しを避けましょう

外に出る際は、帽子をかぶったり、日傘をさすなどして日差しをさけてください。



丈夫な体をつくりましょう

バランスのとれた食事、適度な運動、十分な睡眠時間を確保し体調を整えましょう。体調が悪く感じたときは、無理せず自宅でゆっくり休み、体力を温存しましょう。



保健師
滝沢未来

健康福祉係
内線 127

包括だより

木島平村地域包括支援センター

地域包括支援センター

高齢者とそのご家族からの相談をいつでも受け付けています。

健康福祉係 内線 126・128 ★直通電話 0269 (82) 4771

9月是世界アルツハイマー月間

アルツハイマー病は、認知症の原因のひとつです。毎年9月は、「認知症」について知り、介護や治療のあり方などをより多くの人に考えていただく機会として、世界中が統一して行動を起こすための世界アルツハイマー月間とされています。

もし、自分が認知症になったら…、家族や親しい友人が認知症と言われたら…、あなたは想像したことがありますか。認知症は、まだ特効薬がありません。そのため、周りの人の対応や環境が重要になります。今回は、認知症の人への接し方についてお伝えします。認知症に関する相談は、地域包括支援センターで受け付けています。心配なこと、気になることがあったとき、まずご連絡ください。

次回の「集まれ！通いの場 ピース」

8/21 (月) 夏祭り 9/14 (木) 大人の修学旅行 (善光寺に行きます)

※9/14は事前の申込みと、利用料・昼食代が必要になります。

詳しくは社会福祉協議会 ☎ 0269 (82) 4888 までご連絡ください。

セット健診では、会場への行き来が困難な方のために送迎もしています。
健康福祉係へご連絡ください。

子宮がん検診 まだ間に合います！

施設検診が7月～10月まで受診できます。集団検診を受けそびれてしまった方など、今年度子宮がん検診を希望される方は、健康福祉係までご連絡ください。

受けて貯めよう 健康ポイント！

各種健(検)診の受診等で健康ポイントを貯めましょう。100ポイントで500円分のふう太の商品券に交換できます。

セット健診が始まりました。保健指導員会では、皆さんの健康を守るために健診の受診勧奨を行っています。

健診は、病気になるないように、予備軍の段階で異常を発見し、生活習慣を見直すことを目的としています。そうすることで、病気の発症や重症化を防ぐことができ、医療費を抑えることにつながります。現在通院中の方も治療中の病気以外の健康チェックが必要ですし、何よりも生活習慣改善が病気の回復や新たな病気の発症予防に

役立ちます。定期的に医療機関にかかっているから健診は受けていないという方も、今年は、ぜひ自分の身体と向き合う時間を作ってみてはいかがでしょうか？

また、がん検診はどの健康保険に加入されている方でも受けることができます。ぜひこの機会に受けてみてはいかがでしょうか？

※検診料金の7割を村が負担しますので、とてもお得です。

【保健指導員会事務局
(健康福祉係) 内線126】

こんにちは 保健指導員会です

下高井農林高校 掲示板

地域の高校「下高井農林高校」の
取組みや出来事を紹介します。

2年生修学旅行 事前学習



6月27日、2年生は修学旅行事前学習として、松代大本営地下壕を見学し、戦争と平和について学びました。この地下壕は、平和な世界を後世に語り継ぐ上での貴重な戦争遺跡として、多くの方々はこの存在を知っていただくため、平成元年から一部が公開されています。

教員含め戦争を深く知らない私たちにとつて、当時の暮らしぶりや戦争の悲惨さを知るよい機会になりました。秋の修学旅行では、広島平和記念公園や資料館も訪れる予定となっております。

また、午後は長野県立美術館も訪問しました。郷土作家の作品や長野県の風景画などを鑑賞し、長野県にまつわる文化的教養を深めることができました。

長野県学校農業 クラブ連盟県大会 最優秀賞受賞!



7月1日、長野県学校農業クラブ連盟各種県大会が開催されました。そこで本校アグリサービスク食品科学コース3年生がプロジェクト発表で、地元産みゆきネギを使ったネギジャムの商品開発について発表し、最優秀賞を受賞しました。

本校初となる快挙となります。昨年本校生徒が始めたみゆきネギジャム作りを引き継ぎ、発表ではネギジャム製作方法やネギ独特なおいしの抑制方法、廃棄される緑の葉の部分の活用法について発表しました。

また、学校での学びを生かし、その成果を堂々と発表してきたこと、受賞できたことは、今後の活動につながる良い場となりました。8月に行われる北信越ブロック大会に向けて準備を進め、目指せ全国大会!

農林祭



7月14日、15日に第76回農林祭が開催されました。今年度のテーマは「笑門来福」。一般公開は入場制限なく開催することができ、500名を超える方に来場いただきました。

入場口では畜産部による乗馬体験やふれあい動物園、中庭では3年生による焼きそばなど飲食物の販売や食品製造部によるイチゴジャムや野菜の販売、校舎内では縁日やお化け屋敷、フォトスポットといったクラス展示が催され、来場者に楽しんでいただきました。

さらに前夜祭や後夜祭では、各クラスのユニークな発表や有志団体によるダンスや演奏、ものまねが会場を沸かせ、生徒もそれぞれに農林祭を楽しむことができました。地域の皆様、誠にありがとうございました。

駐在所だより



若槻 巡查部長

木島平村駐在所
☎ 0269(82)4137

110番通報への 誤発信防止について

最近、スマートフォンから110番への誤発信が急増しています。スマートフォンの機種によつては、特定の操作で登録された緊急通報先へ自動で通報する緊急通報機能がついている場合があります。

このような機能がついている場合、連続で電源ボタンが押されるなどにより、自動で110番通報してしまうことがあります。誤発信をしないように機能や緊急通報先などの設定を確認しましょう。

●誤って110番通報してしまった場合

- ① 間違い電話は切断せずに「間違いです」と説明してください。
- ② 慌てて電話を切ってしまったら、警察からの折り返しの電話には必ず応答してください。
- ③ 誤発信の発信履歴を削除して再通報しないようにしてください。

村税等の口座振替日は8月25日(金)です。
前日までに口座残高の確認をお願いします。

社協関係の行事は35ページ
「社協の予定」をご覧ください。

8月

5 火	4 月	3 日	2 土	1 金	31 木	30 水	29 火	28 月	27 日	26 土	25 金	24 木	23 水	22 火	21 月	20 日
		休日エコプラザ 9時～11時45分	ゼロカーボンイベント 10時～	議会9月定例会開会 10時～ 第2回社会人権同和教育研修講座 19時～	村税等納期限			部落解放・人権政策確立要求中高地区総決起集会	村ぐるみ防災訓練		分館長・体育部長会 村税等口座振替日	農業委員会総会 16時～ コミュニティ・スクール推進委員会 17時～		教育委員会定例会 15時～		

全国一斉 子どものための 養育費相談会のお知らせ

未婚および離婚による母子世帯のうち、子の養育費の取り決めをしている世帯は半数に満たず、取り決めがあっても、多くの世帯においてその取り決めのとおりには支払われていないという現状があります。

子どもの貧困が社会問題と言われる中、司法書士が養育費の支払いや取り決めのための、無料電話相談会を行います。

- 日時 9月2日(土) 午前10時～午後9時
- 電話 0120(567)301 ※当日のみ有効
- 問合せ 長野県司法書士会 ☎026(232)7492

エコパーク寒川

燃える ごみ処分量	令和5年7月	令和4年7月	前年同月比
	66,220kg	74,490kg	89%
燃えない ごみ処分量	令和5年7月	令和4年7月	前年同月比
	3,580kg	5,110kg	70%

燃えるごみ処分量を減らしましょう。
分別収集とリサイクルにご協力ください。
ルールを守り、気持ち良くゴミを出しましょう。

生ごみを捨てる前には
ギューっとひと絞り

きちんと分別
燃えるごみと資源ごみ

◎毎月の友引は事前相談

お葬式の費用に関する漠然とした不安を抱く方は、多くいらっしゃいます。
(有)樋口造花店では、そういった不安を取り除くために事前相談を受け付けております。お気軽にご連絡ください。



☎ (0269) 62-2677



ご相談、承ります。

セピアホール樋口

お通夜
ご葬儀
家族葬
ご法要

有料広告

み 人権かるた
みんなで心をあわせれば一人ひとりが笑顔になる

20 水	19 火	18 月	17 日	16 土	15 金	14 木	13 水	12 火	11 月	10 日	9 土	8 金	7 木	6 水
		木島平サマーノルディックマラソン大会 高社山一周駅伝競走大会 敬老の日	家庭の日	木島平サマーノルディック大会（～17日）	議会9月定例会閉会 広報配布日	健康相談・介護相談 9時～11時 第3回学校運営協議会 15時～		民生児童委員協議会定例会 14時～		マイナンバーカード休日窓口 9時～12時	マイナンバーカード休日窓口 9時～12時			心配ごと相談 9時～12時 議会9月定例会一般質問（～7日）

すこやか子育てカレンダー

【8月20日(日)～9月19日(火)】

予防接種

- 受付：13:00～13:15
場所：保健センター
- 日本脳炎1期初回1回目
：8月24日(木)
対象：令和2年3月～8月生
 - 四種混合：8月28日(月)
 - ヒブ・肺炎球菌・ロタウイルス
：9月4日(月)
ロタウイルスの対象：
令和5年4月～6月生
 - 日本脳炎1期初回2回目
：9月7日(木)
対象：令和2年3月～8月生

3歳児視機能検査

日にち：9月14日(木)
受付：14:30～15:00
場所：保健センター
対象：令和2年3月～8月生

BCG 予防接種

日にち：8月21日(月)
場所：木島平クリニック
受付：11:45～12:00
対象：令和5年1月生

日にち：9月14日(木)
場所：木島平診療所
受付：11:30～11:45
対象：令和5年2月生

乳幼児健診

日にち：8月23日(水)
受付：13:00～13:30
場所：保健センター
対象：令和2年7月生
令和3年7月生
令和4年1・8月生
令和5年1・4月生

子ども健康相談

日時：9月14日(木)9:00～11:00
場所：保健センター

おひさま広場

保護者同士の交流の場として、おひさま保育園プレイルームを開放します。
日時：月曜日～金曜日（保育園開所日）
9:00～11:30

おひさま教室

場所：おひさま保育園プレイルーム

- 8月22日(火) 9:45～
「小林先生の性教育スタート講座」
- 8月29日(火) 9:45～
「かおり先生の食育教室」
- 9月5日(火) 9:45～
「ケヤキの森に行こう！」
- 9月12日(火) 9:45～
「親子ふれあい遊び」（製作）

7月の出動件数（岳北消防本部）

おうち時間 家族で点検 火の始末

市町村	火災	救助	救急	市町村	火災	救助	救急	市町村	火災	救助	救急
木島平村	0	1	24	野尻温泉村	0	0	29	その他	0	0	3
飯山市	0	3	131	栄村	0	1	19	《合計》	0	5	206